Asociatia "HandHope"
Str. Baltaretu nr. 565
147240 - Peretu
jud. Teleorman
IMPRIMAT

T.P.
POSTA ROMANA
NR. 103/C/092/2008
Valabilitate-cf contractului
ALEXANDRIA 1

Gândește-te la ceea ce ai, nu la ceea ce ai pierdut"

ÎMPREUNĂ

revistă specială de informare și inspirație pentru oameni speciali
August 2014
Se distribuie gratuit
Nr. 138

„Domnul este lumina și mântuirea mea, de cine să mă tem? Domnul este sprijinitorul vieții mele. De cine să-mi fie frică?" (Psalm 27: 1

Editorial

Asistența personală autodirecționată

Conceptele și principiile vieții independente pentru persoanele cu dizabilități regăsite în acest articol sunt întărite prin cerințele prevăzute de art. 19 a Convenției privind Drepturile Persoanelor cu Dizabilități, adoptată de Adunarea Generală a ONU la 13 dec. 2006 și ratificată de România prin Legea 221 din 11 noiemb. 2010.

„Articolul 19 - Viață independentă și integrare în comunitate

Statele Părți la această Convenție recunosc dreptul egal al tuturor persoanelor cu dizabilități de a trăi în comunitate, cu șanse egale cu ale celorlalți, și vor lua măsuri eficiente și adecvate pentru a se asigura că persoanele cu dizabilități se bucură pe deplin de acest drept și de deplina integrare în comunitate și participare la viața acesteia, inclusiv asigurându-se că:

continuare în pag. 2

DIN CUPRINS:

Viață... și mult, mult... - pag. 3
Valoarea suferinței - pag. 4
Să oferim... - pag. 6
E bine să știm - pag. 7
Un mod de viață: As. „Ridică-te și umblă" - pag. 9
Litere de lege - pag.15
Căzută din cer! - pag.16

Gândeşte-te la ceea ce ai, nu la ceea ce ai pierdut!

continuare din pag. 1

(a) Persoanele cu dizabilități au posibilitatea de a-și alege locul de reședință, unde și cu cine să trăiască, în condiții de egalitate cu ceilalți, și nu sunt obligate să trăiască într-un anume mediu de viață;

(b) Persoanele cu dizabilități au acces la o gamă de servicii la domiciliu, rezidențiale și alte servicii comunitare de suport, inclusiv la asistență personală necesară vieții și integrării în comunitate, ca și pentru prevenirea izolării sau segregării de comunitate;

(c) Serviciile și facilitățile comunitare pentru populație în general sunt disponibile în aceeași măsură persoanelor cu dizabilități și răspund nevoilor acestora".

Filosofia Vieții Independente constă în faptul că persoanele cu dizabilități lucrează pentru a avea șanse egale, respect de sine și autodeterminare. Acest concept implică faptul că noi dorim ca în viața noastră cotidiană să putem avea tot atâta control și să facem același gen de alegeri ca și cetățenii fără dizabilități din U.E.

Dorim ca Viata Independentă să fie mai mult decât un simplu concept teoretic. În acest scop avem nevoie să ne sprijinim între noi și să învățăm unul de la celălalt, să ne organizăm și să lucrăm pentru a determina producerea schimbărilor care să conducă la protecția juridică a drepturilor noastre umane și civile care includ serviciile de asistență personală.

Serviciile de asistenta personală asigură sprijinul și asistența corespunzătoare de care persoana cu dizabilități are nevoie pentru a trăi independent în comunitate în timpul liber, la muncă și acasă ca cetățean apreciat și respectat.

1. Autodeterminarea este un drept uman fundamental și modul de viață al unei persoane este o libertate fundamentală exercitată cu sprijinul asistenței personale.

2. Persoanele cu dizabilități nu ar trebui să fie segregate sau instituționalizate, indiferent de infirmitate. Ar trebui să avem posibilitatea de alegere și control asupra serviciilor noastre de asistență personală. Acesta ar trebui să fie un drept juridic fundamental indiferent de țara europeană în care trăim

3. Persoanele cu dizabilități ar trebui să exercite maximum de control asupra planificării serviciilor destinate dizabilității și a serviciilor de asistență personală. Acestea ar trebui să includă finanțarea publică, militanța, pregătirea și sprijinul între egali pentru persoanele care poate nu pot sau nu își doresc asumarea controlului deplin asupra vieții lor.

4. Atunci când acest lucru este necesar, cerem maximum de sprijin între egali pentru a conștientiza nevoile și dorințele persoanelor cu dizabilități.

5. Aceste servicii ar trebui să servească persoane cu toate tipurile de dizabilitati, de toate vârstele, incluzând copiii, persoanele în vârstă și grupurile minoritare, indiferent de sex, religie, rasă, limbă, origine etnică, sau orientare sexuală.

6. Aceste servicii de asistență personală ar trebui acordate pe baza nevoii funcționale, indiferent de averea personală, venit sau statut marital și familial și indiferent de abilitatea lor de a da un consimțământ legal informat.

7. Aceste servicii ar trebui să fie implementate la nivel local, național și european.

8. Respectând Prevederile Tratatului de la Roma și a altor Tratate ale UE, guvernele țărilor membre ale UE ar trebui să adopte un nivel minim de plăți directe pentru serviciile de asistență personală în țările membre UE pentru a promova libertatea de mișcare.

9. Noi afirmăm că este incorect să spunem că nu există resurse. Problema apare din cauza faptului că fondurile sunt prost cheltuite ca de exemplu pentru arme și războaie, asigurarea de privilegii unui număr mic de persoane etc. Noi afirmăm că atunci când este vorba despre drepturile umane și civile și atunci când respectarea acestor drepturi este extrem de importantă pentru a ne bucura de libertățile umane fundamentale, autoritățile nu au dreptul legal să adopte limitări de fonduri.

10. Lipsa de resurse, costurile ridicate, servicii substanțiale sau inexistente nu ar trebui să fie folosite ca scuză pentru plasarea unei persoane intr-un cadru instituționalizat.

continuare în pag. 12

SPONSOR: A.S.I. ROMANIA
CONTACT: Str. Mureşului, nr. 1, loc. Nazna, jud. Mureş, cod 547526 tel. 0265-320548;
www.asiromania.ro

Asociaţia "HandHope"
Burcea Aurel, str. Bălţăreţu nr. 565, loc. Peretu, jud. Teleorman, cod 147240,
Tel. 0765-365533 e-mail: aurelsda@yahoo.com
C.I.F. 14877902
Cod IBAN: RO80RNCB0245036735870001 B.C.R. Alexandria
ISSN 2360 - 6061
ISSN-L 2360 - 6061

Tipărită la Editura „Viață și Sănătate", tel. 021-3230020 și 0740-101034

interior - 138 AUGUST 2014.indd 1 29.07.2014 08:43:50

VIAȚĂ...
ȘI MULT, MULT IMPOSIBIL

trimis de
Rogozanu Alexandra Cătălina

Trif Corina este o femeie în vârstă de 36 de ani ce locuiește alături de mama sa în orașul Mangalia. Încă de la naștere ea a fost diagnosticată cu maladia Little, o boală rar întâlnită care provoacă atrofierea mușchilor picioarelor și a mâinilor, dificultăți în vorbire și tulburări psihice mai mici sau mai mari. Cu toate că nu a fost niciodată un copil normal, că nu se poate deplasa fără ajutor, că vorbește greu și din pricina bolii abia își poate folosi mâna dreapta pentru a scrie, ea a urmat cursurile unei școli normale, timp de 4 ani.

De-a lungul vieții a suferit 12 intervenții chirurgicale. Încă de la naștere a fost supusă atâtor operații, care nu au ajutat-o cu nimic.

Pentru a-și ocupa timpul și a uita de dureri, a început să deseneze. Un lucru destul de greu, însă prin multă muncă și efort a reușit. Nu s-a lăudat niciodată cu talentul pe care l-a câștigat, nu a dorit premii pentru minunatele creații ale sale. Era mulțumită să le trimită diferiților prieteni prin corespondență. Bucuria lor și aprecierile sincere care veneau de la aceștia îi erau de ajuns. Ele îi dădeau puterea de a nu renunța la desen și de a continua să creeze adevărate minuni.

Dragostea pentru viață o ajută mult! Dumnezeu, mama și prietenii au fost și sunt pentru ea cel mai mare sprijin. Cu toate că medicii nu i-au dat prea multe șanse, ea a luptat cu boala pentru a trăi, uimindu-i pe toți.

Dar astăzi boala o macină distrugător. Mama ei mărturisește: „Nu mai poate scrie, nu mai poate desena, nici măcar paharul de apă nu și-l mai poate duce la gură. Pentru noi a început cu adevărat lupta dintre viață și moarte... În astfel de momente, numai mamă să nu fii...”

În ciuda acestor dureri infernale, ea încă găsește puterea de a zâmbi. Pe fața ei se citește doar bucurie, nu tristețe și nici regret. Nu s-a putut despărți niciodată de scaunul ei cu rotile, însă Îi este recunoscătoare lui Dumnezeu pentru anii de viață pe care i-a dăruit, pentru oamenii care au fost și sunt lângă ea.

Este conștientă de ceea ce i se întâmplă și totuși speranța din sufletul ei încă arde.

Nu L-a învinuit niciodată pe Dumnezeu pentru felul în care este, nu și-a învinuit părinții... Nu regretă niciun moment că a putut avea o viață și mereu s-a considerat o persoană normală.

Tot ce este frumos pentru ea se întrupează în viață: floare și pasăre, primăvară și basm de iarnă, toate idealurile pierdute și regăsite ...

Corina prețuiește clipele, chiar dacă sunt simple clipe. Viața nu este doar o scenă pe care omul apare, își joacă rolul, iar apoi dispare.

Iar pentru ea: „Zborul meu va continua mereu. „Pictez” aripi și oameni văzuți de la înălțimea norilor și a fulgilor de zăpadă, grozav de mulți oameni, fiindcă fără ochi și fără sufletul lor, deși frumusețile planetei ar continuă să existe, ele n-ar mai avea rațiune și sens. Nimeni nu le-ar mai putea vedea. Niciodată și nicăieri. Vezi, viața e făcută numai din aripi...”

„Dacă poți crede în toate
Dacă nu ești zgârcit cu dorurile
Și nu vrei să-ți păstrezi numai pentru tine,
Visele,
Căldura
și Comorile,
Vei întâlni cândva tinerețea mea
Și mă vei înțelege
Poate...
Iar dacă am greșit
Ai să mă ierți!
Înțelege-mă!
Vino cu mine în vis
Să te joci cu imposibilul,
Să fii lângă mine
Când iubesc...
Când sufăr...
Când trec prin greșeală...”

(Trif Corina)

-sfârșit-

„Degeaba ştii să citeşti dacă nu ai citit niciodată Biblia!”

Valoarea suferinței

Minea Mariana Ioana

Ca persoană cu dizabilitate (nevăzătoare), nu doresc să fac apologia suferinței și nici să promovez resemnarea, ci intenționez ca din această meditație să vă descopăr ce eu am perceput din lucrarea tainică a Domnului Isus în viața mea.

Credința este „dinamita” care declanșează minunile lui Dumnezeu și încercările ne pregătesc pentru marile victorii ce împlinesc scopul Lui, adică maturizarea noastră.

Dezamăgirile noastre sunt ocaziile lui Dumnezeu de a ne răspunde cu o nouă revelație despre Sine. Trebuie să fim părtași suferințelor Domnului Isus, acceptând zdrobirea eului, întrucât noi am fost selectați din mulțime, căci Tatăl Ceresc a planificat fiecare moment din viața noastră.

Partea întunecată a umanității nu acceptă transformarea după chipul lui Hristos, spre a deveni o jertfă vie pentru Slava Sa.

În timpul suferinței se descoperă caracterul, adică ce este în inima ta, dar răspunsul tău dezvăluie acceptarea sau respingerea scopului lui Dumnezeu. Zdrobirea distruge elementele întunecate din personalitatea ta, culminând în triumf prin vindecarea în numele Domnului Isus Hristos.

Înțelegem că în slăbiciune Dumnezeu Își desăvârșește puterea, iar suferința capătă o valoare divină și eternă, prin identificarea cu suferințele Domnului Isus Hristos de pe Calvar, pentru mântuirea noastră „El suferințele noastre le-a purtat și durerile noastre le-a luat asupra Lui” (Isaia 53: 4).

Domnul Isus a fost rănit de moarte pentru ca noi să avem parte de vindecare trupească, sufletească și de viață eternă, prin rănile Lui suntem tămăduiți. Este valoroasă credința că tot ce ni se întâmplă face parte din scopul lui Dumnezeu ce ne demască lipsurile din caracterul nostru, modelându-ne după chipul lui Hristos: „El a purtat păcatele și bolile noastre, în trupul Său pe lemn” (1 Petru 2: 24). Noi percepem suferința ca pe un calvar, dar prin jertfa supremă a Domnului Isus de pe crucea Golgotei avem biruință în învierea Sa. Domnul Isus este izbăvitorul, siguranța și mântuirea noastră, adică plinătatea revelației Tatălui Ceresc. Dumnezeu dorește să ne aducă în punctul în care nu mai suntem în stare să ne încredem în noi înșine, aceptând totala dependența de El, devenind fericiți. „Ferice de cei săraci în Duh, căci a lor este Împărăția Cerurilor” (Matei 5: 3).

Răzvrătirea este sinonimă cu păcatul ghicirii, dar supunerea îți conferă odihnă și pace sufletească. „Împrietenește-te doar cu Dumnezeu și vei avea pace” (Iov 22: 21). Sentimentele noastre sunt schimbătoare în funcție de împrejurări, dar adevărul veșnic în Isus Hristos rămâne infailibil (neschimbător): „Inima omului este nespus de rea și deznădăjduit de înșelătoare” (Eremia 17: 9).

Noi suntem coroana creațiunii, deci acceptă-te pe tine însuți și împlinește voia lui Dumnezeu în viața ta pentru binele tău etern. Toate evenimentele te conduc în locul unde Domnul vrea să fii pentru a conlucra împreună cu El la lărgirea Împărăției. Încercarea credinței lucrează desăvârșirea noastră concretizată în cântare de laudă când trecem prin furtuni: „Frații mei, să priviți ca o mare bucurie când treceți prin felurite încercări” (Iacov 1: 2). Prin mulțumire și laudă, noi declanșăm minuni dumnezeiești, care transformă suferința amară în dulce binecuvântare. Biciuește-ți îndoiala când te confrunți cu încercarea, deoarece necazurile sunt binecuvântări ascunse.

Încrede-te în Dumnezeu atunci când nu-L înțelegi, căutând călăuzire în cuvântul Lui: „Cuvântul Tău este o candelă pentru picioarele mele și o lumină pe cărarea mea” (Psalm 119: 105).

Predă-I Domnului Isus controlul vieții tale, căci Tatăl tău ceresc va risipi întunericul, punând limite asupra necazului ce a venit peste tine, deoarece termostatul se află în mâna lui Dumnezeu. Încercările prin care trecem, constituie oportunitățile suveranității lui Dumnezeu ce ne face empatici cu semenii, iar rugăciunea ne ajută să nu capitulăm.

continuare în pag. 5

continuare din pag. 4

Secretul succesului stă în perseverența atingerii scopului lui Dumnezeu. Nu poate veni nici un rău peste tine, pe care Dumnezeu să nu-l poată schimba în bine, transformând dizabilitatea în oportunitate. „Știm că toate lucrurile lucrează împreună spre binele celor ce iubesc pe Dumnezeu și anume spre binele celor ce sunt chemați după planul Său" (Romani 8: 28).

Să privim propriile dureri din perspectiva lui Dumnezeu, cu încredințarea că El păzește pe ai Săi copii de orice rău. „Îngerul Domnului tăbărăște în jurul celor ce se tem de El și-i scapă din primejdie" (Psalm 34: 7). În viața celor ce manifestă o atitudine de ascultare necondiționată se împlinește deplin voia Lui Dumnezeu, ce nu poate fi stagnată: „Domnul Isus a fost făcut desăvârșit prin suferință" Dumnezeu îngăduie adeseori împrejurări dificile pe traseul vieții noastre ce surpă adânc la temelia credinței, însă favoarea Lui ne descoperă lucruri bune din încercări. Acestea ne revelează bunătatea lui Dumnezeu, ne cimentează relația cu El și ne deschide apetitul pentru cuvântul Lui. În disperare apelăm mai ales la rugăciune, căutând cu pasiune transcendentul, adică pe Dumnezeul care Se află separat de creația Sa, învățând să ascultăm mai mult de vocea Lui. Aducem ofensă Domnului Isus când ne îndoim de providența și puterea Sa, dar Îl onorăm când ne aducem aminte de câte ori ne-a salvat din circumstanțe ostile, dovedind credincioșie și măreție: „Suflete, nu uita nici una din binefacerile Domnului" (Psalm 103: 2). În nemărginita Sa înțelepciune Domnul Isus folosește răul pentru binele nostru veșnic și al semenilor. El deține leacul alinător pentru toate durerile noastre, oferindu-ne pace deplină în mijlocul furtunii și biruință asupra încercărilor.

Bucură-te de permanenta Sa asistență și imanență (implicare), învățând să trăiești prin credință și nu prin vedere. „Credința este o încredere neclintită în lucrurile nădăjduite, o puternică încredințare despre lucrurile care nu se văd" (Evrei 11: 1). Încrede-te neclintit în acest Dumnezeu care niciodată nu a dezamăgit pe nimeni și îți promite: „nicidecum n-am să te las, cu nici un chip nu te voi părăsi"(Evrei 13: 5). Inversează-ți prioritățile, acceptând zdrobirea ce lucrează sfințirea vieții tale. Rezultă în final o eternitate fericită în cer, fără dizabilitate. Vasul de alabastru trebuie spart, ca să parfumeze, adică lasă ca din durerea ta să emane parfumul dragostei Domnului Isus. În existența terestră ai singura ocazie să beneficiezi de harul care ți-a fost acordat, de a reflecta lumina lui Hristos prin atitudinea ta în suferință.

Ești motivat să zâmbesti că: „Domnul este lumina și mântuirea mea, de cine să mă tem? Domnul este sprijinitorul vieții mele. De cine să-mi fie frică?" (Psalm 27: 1). Când privești la soare nu mai vezi întunericul, adică când privești la Domnul Isus, soarele neprihănirii noastre, se diminuează suferința. Îți dispare îngrijorarea când te gândești că: „Domnul este păstorul meu. Nu voi duce lipsă de nimic, El mă paște în pășuni verzi. Și mă duce la ape de odihnă" (Psalm 23: 1-2).

Neprețuitul bulb este îngropat, acoperit cu bălegar și cu pământ, fiind lăsat acolo până ce iese soarele. Datorită căldurii răsare o tulpină, care crește și se formează crinul cu neprețuitu-i parfum. Scoica trebuie să moară ca să devină o perlă prețioasă. Capitularea eului, înseamnă începutul gloriei lui Dumnezeu. Aurul în foc se încearcă, căci focul curățește zgura defectelor din caracterul nostru. Planeta Terra (Pământ) este școala în care cel mai desăvârșit pedagog, cu numele Hristos, ne modelează pentru a deveni vase de cinste pentru împărăția Sa.

Rugăciunea mea este ca și tu să absolvi cu bine această școală pentru a te bucura veșnic în prezența Marelui Pedagog. Cred că ai înțeles cât de mult te iubește acest Dumnezeu: „Fiindcă atât de mult a iubit Dumnezeu lumea că a dat pe singurul Lui Fiu pentru ca oricine crede în El să nu piară, ci să aibă viață veșnică" (Ioan 3: 16). Personal Îi mulțumesc lui Dumnezeu pentru această școală, căci în ea am descoperit prețul inestimabil plătit de Domnul Isus pentru salvarea mea.

Parafrazez versetul 5 din Isaia capitolul 53: „El a fost străpuns pentru păcatele Ioanei, zdrobit pentru fărădelegile Ioanei, pedeapsa care îi dă pacea a căzut peste El și prin rănile Lui Ioana este tămăduită." Mă bucur că zilnic (de 365 ori) îmi șoptește prin Duhul Său cel Sfânt. Parafrazez Isaia: „Ioana nu te teme, că Eu sunt cu tine, nu te uita cu îngrijorare, Eu sunt Dumnezeul tău, Ioana, Eu te întăresc, tot Eu îți vin în ajutor, Ioana, Eu te sprijinesc cu dreapta mea biruitoare". Mărturisesc că acest verset mi-a dat putere să depășesc mai ușor cea mai grea încercare din viața mea, când am orbit total și mi-a întărit încrederea în Dumnezeu.

„Pot totul în Hristos care mă întărește" (Filipeni 4: 13).

Caracterul Hristic se formează pe nicovala suferinței. Dispare tristețea când mă gândesc că am un Dumnezeu care nu este indiferent la problemele mele, îmi răspunde cu bunăvoință de câte ori Îl strig și Îi simt protecția în fiecare clipă din viața mea. „Îmi ridic ochii spre munți. De unde-mi va veni ajutorul? Ajutorul îmi vine de la Domnul care a făcut cerurile și pământul. Domnul este Păzitorul tău, Domnul este umbra ta pe mâna ta cea dreaptă, Domnul te va păzi de orice rău, îți va păzi sufletul, te va păzi la plecare și la venire, de acum și până în veac" (Psalm 121). Închei zicând și eu ca psalmistul David: „Doamne Dumnezeul nostru, cât de minunat este numele Tău pe tot pământul".

Maranata (Domnul vine), căci noi suntem păziți de puterea lui Dumnezeu. Amin (Așa să fie).

-sfârșit-

Să oferim daruri speciale

Darul comunicării personale. *Cum te simți atunci când cineva te caută pe neasteptate doar să îți spună că te apreciază, că îi ești un prieten adevărat? Un simplu telefon, o scrisoare, un e-mail îți poate schimba starea de spirit în câteva minute.*

Darul citatelor. *Frumusețea unui citat constă în faptul că este scurt, la obiect, plin de înțelepciune și sfaturi, împrospătând spiritul. Găsiți-le, adunați-le și oferiți-le celorlalți. Este un mod simplu de a face un serviciu cuiva.*

Darul unei recomandări bune. *Atunci când faci o mare descoperire care îți îmbogățește viața, este bine să o împărtășești cu ceilalți. Aceasta poate reprezenta: o emisiune TV, o carte, un film, un restaurant, un medicament, un serviciu, un mesaj frumos, o muzică bună. Prin această recomandare, vei spune de fapt: "Acest lucru mi-a adus bucurie în suflet. Vreau să fac același lucru pentru tine."*

Darul unei mâini de ajutor. *De multe ori ne confruntăm cu sarcini mari, dificile care cer abilități speciale pentru a le rezolva. Este de apreciat atunci când cineva se oferă să ne ajute. Indiferent dacă este oferit la serviciu, acasă, la școală, sau în societate, prin ajutorul primit economisim timp, energie, dar mai ales, câștigăm un prieten.*

Darul de a râde. *Victor Borge afirma: "Râsul este cea Mai scurtă distanță între doi oameni". El prelungește viața și este un mare dar, unul care poate fi oferit și celorlalți, ușor și des. Nu lăsați să să se piardă glumele bune, povestirile, fragmentele comice din filme sau emisiuni, afișele amuzante sau bancurile. Împărtășiți-le și altora.*

Darul de a ști să asculți. *Sunt multe situații în care cineva apropiat își dorește atenția noastră. A asculta concentrați o persoană cu ochii și inima, vei transmite mesajul: "Sunt lângă tine, ceea ce îmi spui este important. Apreciez prietenia noastră."*

Darul de a invita. *Fie că este vorba despre un eveniment, o nuntă, o petrecere, un eveniment sportiv sau un prânz cu un prieten, invitația este bine primită. În acel moment, mesajul transmis celuilalt este: "vreau să fii cu mine. Prezența ta este o binecuvântare."*

Darul iubirii. *Fiecare dintre noi se simte grozav atunci când primește afecțiune. O strângere de mână, o sărutere pe obraz, o îmbrățișare, fiecare gest poate exprima căldură. Oferă darul iubirii.*

Darul aprecierii. *WIliam James spunea: "Cel mai profund principiu al naturii umane este dorința arzătoare de a fi apreciat." Atunci când cineva face un lucru drăguț pentru noi, este important să ne exprimăm aprecierea, să dăruim la rândul nostru.*

Darul unui sfat bun. *De-a lungul istoriei, nenumărați oameni realizați au afirmat că un sfat bun a fost cheia succesului lor. Totuși, nu oricine îl cere și nu oricine are nevoie de el, însă, a oferi un sfat bun celui care este dispus să asculte, este cel mai prețios cadou pe care îl puteți face.*

Darul încurajării. *Poți fi o persoană talentată, animată de succes, însă, te afli sub carapacea temerii; este dificil să te afirmi și talentul rămâne în umbră. Totuși, când cineva are încredere în tine și te susține, te încurajează, situația se schimbă. Cuvintele oferă literalmente curaj, conducând, în mod remarcabil către realizări.*

Darul răbdării. *Acesta poate fi un dublu cadou, apare ca rezultat al înțelegerii. A avea răbdare cu cineva, a explica, fără să ne impacientăm, dovedește un caracter de prețuit, ceea ce întărește relațiile cu cei din jur.*

Darul empatiei. *Capacitatea de a te pune în locul interocutorului te ajută să înțelegi situația prin care el trece, să simți emoții, sentimente de care acesta se lasă dominat. Identificându-ne cu ceilalți, reușim să tolerăm anumite neplăceri, să nu judecăm, tocmai pentru că am trecut prin situații similare.*

Darul iertării. *Nimeni un este perfect, toți greșim. În consecință, este important să oferim iertare, așa cum și noi, la rândul nostru suntem iertați când cauzăm durere altora. Iertarea ne eliberează de emoțiile negative inutile și ne permite să mergem mai departe spre lucruri mai bune.*

Darul rugăciunii. *Atunci când suntem în impas și reușim să scăpăm, când cineva se roagă pentru binele nostru, suntem fericiți. Rugăciunea – comunicarea cu Dumnezeu, este cea mai prețioasă activitate de care este capabilă ființa umană, darurile ei devenind comori de neprețuit.*

-sfârșit-

Mica enciclopedie de sănătate
E bine să stim

Stop manipulării (II)

Articol semnat de **Mârzac Diana - Maria**
Asistent Director Fundaţia Alinare

Prin șantaj emoțional, financiar și folosirea violenței verbale și fizice, de către interlocutor, noi îi permitem să ne influențeze deciziile, în așa măsură încât pe termen lung ajungem să cedăm din ce în ce mai ușor în fața manipulatorului.

Pentru că lucrul acesta să nu se producă, este bine să aplicăm câteva principii, atât în relațiile cu ceilalți, cât și în relația cu mass-media.

Informează-te – este foarte important să știi cine este în spatele oricărei surse de manipulare. Și este la fel de important să ai un reper în relația cu mediul exterior. Cel mai bun reper este Sfânta Scriptura, care spune: "Cercetați toate lucrurile și păstrați ce este bun" (1 Tes. 5,21). Cercetarea ne ajută să cunoaștem și să tragem concluzii corecte atât despre informațiile primite cât și despre oamenii cu care venim în contact.

Dacă te gândești la o relație de lungă durată, ia-ți timp să cunoști cu cine ai de-a face, și cere părerea și celor care îți sunt apropiați și îi sunt apropiați.

Un manipulator nu renunță ușor la luptă, de aceea este bine să știm că va recurge la șantaj emoțional în șase etape: cerință, rezistență, presiune, amenințare, complianță și repetiție. Cerința este când o persoană se prezintă în fața noastră cu o anumită doleanță. Rezistența este momentul în care comunicăm că cererea acesteia nu ne este pe plac. Presiunea este faza în care suntem puși la colț. Amenințarea este faza în care ni se sugerează că neconformarea va avea consecințe negative pentru noi (de ex.: ne vom simți vinovați). Complianța este momentul când cedăm și acceptăm să ne conformăm cerinței. Repetiția este când întreg ciclu reîncepe. Identificarea acestor faze ne permite să întrerupem ciclul și să ne protejăm înainte ca manipulatorul să poată profita.

Rămâi rațional – folosește-ți discernământul, apelează la logică și la timp și apără-ți cu fermitate poziția. Apostolul Pavel îndeamnă "Fraților, nu fiți copii la minte; ci la răutate fiți prunci; iar la minte fiți oameni mari." (1Cor.14:20) Cu cât cedezi mai repede, cu atât vei vedea că îi este mai ușor manipulatorului să te convingă și a doua oară să cedezi. Un alt text spune că "… fiecare este robul lucrului de care este biruit." (2 Pet. 2:19)

Acceptă-ți valoarea – Sfânta Scriptură spune: "Dumnezeu a făcut pe om după chipul Său, l-a făcut după chipul lui Dumnezeu; parte bărbătească și parte femeiască i-a făcut." (Gen. 1,27) Dumnezeu ne-a oferit daruri pe care să le administrăm. Tot atât de adevărat este însă că suntem într-o lume imperfectă, în care defectele sunt și ele prezente. Cunoscându-le pe amândouă, vei fi mult mai greu de manipulat. Atunci când îi lăsăm pe alții să își spună părerea în locul nostru, sau ne subestimăm, cedăm controlul minții noastre și îl întristăm pe Dumnezeu.

Identifică problemele personale și defectele pe care le ai, și rezolvă-le astfel încât manipulatorul să nu aibă acces la ele. Dacă sunt lucruri pe care nu le poți schimba, roagă-te constant pentru tăria de a le accepta, și de a le înfrunta. Un alt text biblic spune: "Supuneți-vă, dar, lui Dumnezeu. Împotriviți-vă diavolului, și el va fugi de la voi." (Iac.4:7)

Nu te lăsa victimizat – nu totul se întâmplă din cauza ta, ci este cineva care se străduiește să iasă lucrurile greșit, pe care îl cunoaștem. Cu toate acestea Dumnezeu este lângă noi în orice moment al vieții și, în măsura în care Îl lăsăm, ne poate influența viața în mod rațional și constructiv.

Expune-ți propriile principii de la bun început – celălalt trebuie să înțeleagă de la început ceea ce se poate și ceea ce nu se poate în această relație.

Este bine să avem în vedere că putem de-

continuare în pag. 8

continuare din pag. 7

veni și noi foarte ușor persoane manipulative, și pentru a nu cădea în această capcană, este bine să avem în vedere câteva principii:

- celălalt valorează foarte mult - Dumnezeu iubește pe toți oamenii la fel și interesele celuilalt sunt la fel de importante ca ale mele, de aceea îi voi valida interesele

- sentimentele celuilalt contează, de aceea îi voi valida sentimentele - când primești un reproș, nu încerca să te aperi, ci caută să înțelegi ceea ce încearcă să spună celălalt și, într-un final, după ce frustrarea a trecut, lucrurile vor reveni la normal

- țin cu adevărat la celălalt? Atunci îi voi oferi șansa liberului arbitru, chiar dacă prin aceasta nu voi obține răspunsul pe care îl doresc. Prin aceasta dovedești respect și creezi o atmosferă de siguranță

- ai grijă de comportamentul și ținuta pe care o ai – atitudinea, cuvintele, gesturile, expresiile feței, limbajul trupului - în comunicare sunt foarte importante. Acestea pot fi o mare influență spre bine sau spre rău pentru cei din jur. Scriitoarea Ellen White, în cartea "Un apel solemn" subliniază: "Mare este lucrarea și misiunea femeii, mai cu seamă a acelora care sunt soții și mame. Ele pot fi o binecuvântare pentru toți cei din jurul lor. Ele pot avea o influență puternică spre bine. Femeia poate exercita o influență transformatoare, numai dacă voiește să-și consacre lui Dumnezeu umblarea și voința ei, și dacă Îl lasă să-i stăpânească mintea, pornirile și întreaga ei ființă. Ea poate avea o influență care tinde a rafina și înnobila pe acei cu care ea vine în contact. Dar, în general, femeia nu-și dă seama de puterea pe care o posedă. Ea exercită o influență, în mod inconștient. Influența unei vieți sfințite aduce, în mod firesc, o reînnoire a inimii."

- abține-te să dai sfaturi fără să fii întrebat sau fără să ceri permisiunea unui sfat – făcând așa nu faci decât să dai impresia că nu asculți ceea ce spune celălalt ci doar vrei să te impui

- există totuși o categorie de reguli simple pe care trebuie să le trasezi în relațiile cu ceilalți - dacă ești în rolul gazdei pentru o vreme, de exemplu, este foarte util să știe toți cei care intră în locuința ta că: lucrurile personale se țin în cameră, că păstrarea ordinii și curățeniei în locuința este o regulă, fiecare își spală farfuria, rufele, ședera este temporară și participarea la cheltuielile locuinței este necesară.

- momentul potrivit – deciziile se iau atunci când celălalt este relaxat și odihnit; nu încerca să profiți de oboseală celuilalt pentru a-ți impune propriile păreri. Prea multe cuvinte și insistența pot slăbi acordarea acceptului sau validarea nevoii; timpul petrecut împreună, la masă, seara, la culcare, etc. sunt momente potrivite în care să se înceapă o conversație, să se analizeze împreună o nevoie, iar dacă nu veți găsi un numitor comun, nu apăsa pedala de "accelerație" – posibil ca și tu să greșești insistând în rezolvarea acelei nevoi – încearcă să privești situația obiectiv.

Ellen G. White, în cartea "Parabolele Domnului Hristos" scrie: "Noi nu știm ce urmări poate avea o zi, o oră sau o clipă și nu ar trebui să ne începem niciodată ziua fără a ne încredința viața Tatălui ceresc. Îngerii Lui sunt rânduiți pentru a veghea asupra noastră și, dacă ne așezăm sub protecția lor, atunci în orice timp de primejdie ei vor fi la dreapta noastră. Atunci când, în mod inconștient, suntem în pericolul de a exercita o influență greșită, îngerii vor fi alături de noi, îndemnându-ne spre o cale mai bună, alegând cuvintele în dreptul nostru și influențându-ne acțiunile…"

"Mintea unui bărbat sau a unei femei nu se degradează deodată de la curăție și sfințenie la depravare, corupție și crimă. E nevoie de timp, pentru a preschimba omenescul în dumnezeiesc, sau pentru a degrada pe cei creați după chipul lui Dumnezeu.... Prin contemplare (privire), noi ne preschimbăm. Omul, format după chipul Creatorului Său, își poate educa spiritul astfel încât păcatul, de care îi era scârbă altădată, să-i devină plăcut apoi. Îndată ce el încetează a veghea și a se ruga, el încetează a-și păzi citadela inimii, și se dedă la păcat și crimă. Spiritul ocupă atunci o treaptă josnică, și este imposibil a-l mai ridica iarăși din corupție, când puterile morale și intelectuale au fost deprinse cu sclavia și învățate să se supună patimilor josnice. Numai un război continuu, dus împotriva pornirilor desfrânate, sprijinit de influența înnobilatoare a harului lui Dumnezeu, va atrage mintea către cer, și o va deprinde să cugete la lucruri curate și sfinte."

Cât de importantă este deci păzirea minții după cum spune Scriptura:" Păzește-ți inima mai mult decât orice, căci din ea ies izvoarele vieții. (Prov.4:23)

Să aplicăm aceste principii și să ne protejăm. Să comunicăm cu sinceritate, spunând adevărul, celălalt va fi mult mai dispus să valideze comunicarea și, implicit, să se lase influențat. Iar dacă nu va dori să se lase influențat, să îi acceptăm dreptul la alegere.

Vă dorim să aveti înțelepciune în a trăi o viață liberă de manipulări și, în relațiile cu ceilalți, să fiți binecuvântați cu armonie și înțelegere, să iubiți și să fiți iubiți!

-sfârșit-

...::: Un mod de viață: Asociația „Ridică-te și umblă” :::...

El vrea... totul!

GEORGE UBA - președinte
Asociația „Ridică-te și umblă”

„Îți mai lipsește un lucru: vinde tot ce ai, împarte la săraci, și vei avea o comoară în ceruri. Apoi, vino și urmează-Mă.”
Luca 18,22

Nelu, un băiețel de opt ani obișnuia să fure din buzunarele părinților banii pe care ei îi ascundeau în hainele din șifonier. Au auzit și alți copii de obiceiul acestui băiat și nimeni nu mai vroia să se joace cu el. La biserică copiii îl făceau hoț și râdeau de el. El se apăra spunând că nu fura de la ei , ci de la el din casă. Banii pe care îi fura erau dati pe dulciuri si pe un joc de noroc, numit barbut. De obicei ii pierdea pe toti.

La biserică era un om in vârstă care îl iubea și care îi dădea câte un cadou, un dulce, o atenție. Îl lua lângă el și îl mângâia și îi spunea cuvinte frumoase. Omul acesta era mai mult decât părinții lui, care îl certau și uneori îl mai și băteau. Nenea Nelu, care avea 75 de ani, îl lua la el acasă, o dată pe săptămână și îi făcea ziua frumoasă . Din când în când îi spunea să se lase de ”sportul” lui preferat (golirea buzunarelor părinților), dar nu prea reușea să se țină de cuvânt. Într-o zi, nenea Nelu îl întreabă pe copil dacă îl iubește și dacă este în stare să dovedească iubirea pe care el o declară. Copilul spune că este gata să facă orice zice nenea Nelu. ”Dacă mă iubești” îi spune nenea Nelu lui Nelu cel mic ”atunci am nevoie de mâinile tale și de picioarele tale, că ale mele mă lasă”. ”Mi le dai?” îl întreabă bătrânul. ”Sigur că ți le dau” zice el cu bucurie. ”Păi, uite cum facem” zice prietenul lui Neluțu. Îmi vei da mâinile tale și picioarele tale și mi le voi pune în locul mâinilor mele și în locul picioarelor mele.” Și atunci, eu cu experiența mea și cu numele meu bun voi avea grijă de tine să nu ți se întâmple nimic rău. Și uite așa, tu nici nu vei mai putea fura cu mâinile tale banii părinților și nici nu te vei mai putea duce cu picioarele la locul unde te duce gândul cel rău, pentru că nu le vei mai avea . Copiii nu te vor mai numi hoț și se vor juca cu tine, iar părinții tăi te vor iubi din nou cu multă dragoste. Iar eu te voi purta pe mâinile, pe care tu mi le dai. Ești de acord?” ”Cred că da”, spuse el cu jumătate de gură”. ”Bine , atunci hai în bucătărie să mi le dai”. ”Și o să curgă sânge?” întreabă copilul. ”Da, o să curgă mult sânge”. ”Și o să doară?” întreabă micuțul.” ”Da, o să doară tare de tot” spuse cel mare. ”Te-ai răzgândit? Nu vrei să mi le mai dai? Nu vrei să mă mai iubești?” spuse cel care mereu i-a fost prieten. ”Ba da, sigur că vreau” , spuse cu un tremur în glas puștiul. ”Hai în bucătărie”, se încurajă el, dar inima bătea tare și lacrimile se porniseră. Își întinse mâinile pe un suport de lemn și așteptă înfrigurat . Ceea ce s-a întâmplat apoi i-a adus vindecare completă de obiceiul lui păcătos.

Cât să mai dau?

Frica noastră este să nu ni se ceară tot ce avem.

Prima poruncă este : ”Să iubești pe Domnul Dumnezeul tău cu toată inima ta, cu tot sufletul tău, cu tot cugetul tău și cu toată puterea ta”; iată porunca dintâi. Marcu12, 30 Iubirea dacă nu e absolută nu e iubire. Altfel suferă Dumnezeu, aproapele și chiar tu.

Cedem că dacă am dat mâinile, picioarele, ochii (de cele mai multe ori ni s-au luat fără să vrem) nu mai avem nimic de dat. Socotim că dacă avem o dizabilitate nu ni se mai cere nimic. În loc să avem viziunea completei substituții și să dăm tot ce ne împiedică să fim oameni noi, cu totul schimbați, rămânem, nu de puține ori, să plângem pierderile. Cerem firimituri de la Dumnezeu și nu lucruri cerești. Cerem mărunțiș și nu cele veșnice. Vrem ce produce pământul și neglijăm ce putem primi de Sus, care are marca eternității. Orbul Bartimeu nu a cerut pâine pentru ziua de mâine, ci ochi. Noi suntem dispuși să cerem lucruri absolute de la oameni (cinste, dragoste totală, onestitate fără pată, răbdare necurmată) de unde n-ar trebui să cerem, dar nu I le cerem lui Dumnezeu de la care putem primi.

Creatorul are un plan de refacere totală. El vrea să ne înlocuiască tot ce avem: gânduri, sentimente, voință, planuri, visele noastre și să ni le dea pe ale Lui. El ne cere să vindem tot ce avem, ca El să ne dea tot ce are El. Doar așa viața are rost, pentru că noi suntem creați pentru eternitatea iubirii.

continuare în pag. 14

Talentul... Creația ta

SCARA

Îngerii lui Dumnezeu
Suie - coboară mereu
Și duc vestea la cer
Pentru aceia ce nu pier,
E un mister.

Scara vieții să o urci
Să nu cumva să o încurci
Să te urci pe altă scară
Care duce spre ocară,
Nu-i o fală.

Pe scara pe care urcă
Credincioșii buni apucă
Și de îngeri sunt salvați
Bucuroși că au mulți frați
Noi aflați.

Ea duce vestea în sus
Că nu degeaba Isus
S-a dat jertfă pentru ei
Răscumpărați dintre atei
Fă ca ei.

Și în cer cu flori finic
Și cu arfe, mare, mic
Vor lăuda pe Cel Sfânt
Cântând coruri, lăudând
Mielul blând.

Îngerii s-or bucura
Și vor sta la dreapta Sa
Că din răul de pe pământ
A cules pe cel flmând
De Duh Sfânt.

Petrică Lupu
Țigănești (Teleorman)

O CLIPĂ

Realizăm oare ce ni se-ntâmplă
Că anii-n zbor nu se întorc
Și e de ajuns numai o clipă
Ai fost... să nu mai fii la loc.

Ce-ar fi să nu mai pierdem clipa
Ce ni s-a dat, s-o prețuim
Să ne gândim că viața-i scurtă
Să nu o umplem cu venin.

Închide ochii, deci... clipește
Deschide-i și acum privește
La omul dinăuntru tău
Și omoară tot ce este rău.

Și îngenunche-n rugăciune
Pentru o clipă ce o ai
Căci veșnicia e-o minune
Ce într-o clipă poți s-o ai.

Dinescu Emilia
Valea Stânii - Argeș

ESTE NOAPTE

Este noapte și pustiu.
Luna printre ramuri
Se între-zărește
Somnu-mi este agitat,
Și nu știu
Cum cu gingășie,
La mine privește.

Din depărtata
Bolta cerească
Cu razele ei aurii.
Îmi șterge o lacrimă,
Ce pe obraz
S-a rostogolit.

Stelele dansează
În jurul ei,
Chipul îmi luminează
Zâmbetul îmi radiază.
Ca un ecou
Din depărtare se aude.
Este iubirea mea
Care la mine vine.

Ca un foșnet se aude.
Chipul și-l apleacă,
Buclele mi le mângâie.
O șuviță rebelă,
De pe față o îndepărtează.
Cu buzele mă trezește,
Din a mea visare.

Chită Adriana
Bacău

CUVÂNTUL

dedicată fam.
Purcaru Iulica și Iulian

Îmbărbătează și ridică.
Sufletul împovărat.
Luminează și deșteaptă.
Credinciosul ocupat.

Dăruiește mângâiere.
Omului înlăcrimat.
Dragostea desăvârșită.
Ne salvează de păcat.

Oferă lumină sufletului.
Mântuirea prin cuvânt.
Citirea Bibliei învață.
"Înmulțește roadele pe pământ."

Dobândește viața veșnică.
Locuim în cer sus.
În împărăția cea frumoasă.
Duhul Sfânt ne-a condus.

Mincă Elena Gabriela
Alexandria

CE VOI FI?

Trei copii frumoși de grădiniță
S-au întâlnit într-o poeniță
Îmgrijorați, se întreabă fiecare
„Ce meserie voi avea când voi fi mare?"

Ana vrea să fie arhitectă
Gigel să proiecteze case vrea
Altul spune că lui o să îi placă
Doctor bun să se facă.

Stingher Ninel se gândește
În cele din urmă și el vorbește
Vrea să fie în viitor
Specialist în calculator.

Când porunca din inimă vine
Ea se cheamă pasiune
E frumoasă orice meserie
Care aduce împlinire, bucurie.

Cidem Narcis Brâslașu
Din volumul „Copilărie fericită"

SINGUR PRINTRE AI TĂI

Sunt singur și sunt trist,
În viața asta păcătoasă,
Sunt singur și sunt trist
Și soarta asta-i nemiloasă

Aveam familie cândva
Copii, soție iubitoare
O viață plină de huzur
Și bani în buzunare.

Dar soarta-i crudă uneori
Și toate astea doar un vis
Când glasul dulce din spital
Ochii aevea mi-au deschis.

Sunt singur și sunt trist,
Copiii în casa lor
Iar ființa ce iubeam cândva
O altă viață își dorea.

Să fiu sărac ca Iov aș vrea
Dar Domnul nu mă lasă,
Că dragostea pentru Isus
Din pieptul meu se varsă.

Acum nimic nu am,
Decât un scaun cu rotile,
Credință în Dumnezeu de sus
Și în Isus iubire.

Deci nu visa comori și bani
Că nu știi mâine ce va fi
Dar Dumnezeu de sus din cer
Cu dragoste te va privi.

Sorinel Vlad
Gorj

CÂND LA TINE EU MĂ ROG...

Când la Tine Eu mă rog
Mintea-mi limpede devine.
Domnul meu cel Bun și Blând
Fie-Ți iar milă de mine.

Căci nevrând sau de cu voie
Sufletul l-am pângărit,
Doamne, iartă-mă Te rog,
Căci eu iară am greșit.

Ochii mei plâng negreșit
Și tot trupul meu jelește
Un păcat nesăbuit.
Doamne, inima cersește.

Sfânta Euharistie
Să mă curețe deplin.
Nu lăsa ca viața mea
Să se scalde iar în chin.

Fie-Ți iar milă de mine
Domnul meu cel Bun și Blând
Mintea-mi limpede devine
Când la Tine Eu mă rog.

Iancu Alina Elena
Boțești - Argeș

FII DOAMNE BUSOLA NOASTRĂ!

Într-o lume schimbătoare
Controlată de cel rău
Singura noastră speranță
Este bunul Dumnezeu.
Viața noastră e precum
O mare învolburată

Fii Doamne busola noastră,
Tu ne ești nădejde toată
Arca noastră prin furtună
Du-o Tu nevătămată
Iar noi Te vom răsplăti
Dându-Ți ascultare Tată

Că Tu ești Stăpânul lumii
Al pământului și-al mării
Te rugăm Părinte drag,
Tu să nu ne lași uitării
Fără Tine-n astă lume
Noi mereu am rătăci
Nu am ști ce e Lumina
Nici de Adevăr n-am ști.

N-am ști că dușmanul stă
Tot prin preajmă și așteaptă
Un moment ca să ne-abată
De la calea noastră dreaptă.

Cucu Mitică

UNOR COPII NERECUNOSCĂTORI

Unii copii tare nerecunoscători mai sunt,
Nepăsându-le de cei care i-au crescut.
Atunci când părinții au nevoie de ajutor,
Nu le pasă de ei, se gândesc doar la viața lor.

Câteodată când copii vin la părinți să-i viziteze,
Fiind nerecunoscători, prin vorbă îi jignesc,
Prin vorbe și prin fapte uneori se poartă urât,
În loc să le mulțumească că i-au crescut.

Așadar copiii cu părinții să se poarte frumos,
Cu mamele ce le-au dat viață și alături le-au fost
Părinții au un mare preț, foarte mult valorează,
Copiilor le-au fost și le sunt alături o viață întreagă.

Abia atunci când părinții, în viață nu vor mai fi,
Copiii își vor da seama ce mult valorează ei,
Când vor avea necazuri, mare nevoie de ajutor,
Părinții nu mai trăiesc ca să vină în viața lor.

Așadar copii, purtați-vă frumos cu părinții voștrii,
Că tot așa se vor purta cu voi copiii voștrii,
Și ce mult veți suferi când veți fi jigniți,
Așa cum ați jignit voi pe ai voștrii părinți.

Popescu Nicoleta
Bughea de Jos (Argeș)

CERUL FIECĂRUIA

Doar noaptea
ascultă
cum cântă spinii
în carnea mea,
fără să prevadă
că acel chip deslușit
îi schimbă cursul,

pe când cuvintele
își aruncă sâmburii
la îndemâna celui uitat;

am pus lacăt
somnului -
nestingherită
iarba va arde
în cerul fiecăruia.

Magdalena Dorina Suciu
Din volumul
„Cătușe pentru suflet”

Talentul... nu cunoaste handicap!

DOI PEȘTI

Într-un mare lac de munte
Stau doi pești cu stea în frunte
Și într-o tăcere mută
Stau de vorbă și discută.

Salutare, măi Costică
Salutare, măi Georgică
Ce mai faci tu, măi Costică?
Ce să fac, frate Georgică?

Fac și eu ce știu că pot,
Stau la umbră și înot.
Dar tu ce zici că faci?
Că doar nu faci cozonaci?

Eu mă pregătesc de zor
Pentru anul viitor
Când voi merge în pădure
Să culeg mai multe mure...

Ce să cauți în pădure?
Nu ți-am spus? Să culeg mure.
Dar dacă din întâmplare
În pădure, pe-o cărare

Vei da singur nas în nas
Cu un urs nervos și gras?
Spune-mi, oare ce vei face?
Am să-l las pe urs în pace...

Dacă ursul, cu rușine
Va țipa nervos la tine?
Mă voi supăra nițel
Și-apoi voi fugi de el.

Dacă ursul, de rușine
O să vină după tine?
Voi striga în gura mare
Și-apoi voi fugi mai tare...

Dacă ursul, cu ardoare
Va fugi la fel de tare...
Într-o clipă, tsak-kam-pac
Mă voi cățăra-n copac.

Dacă ursul, cântă bine
Și se urcă după tine?
Măi Georgică, ce-i cu tine?
Ții cu ursul sau cu mine???

Florian Petrache
Puchenii Mari - Prahova

.....Anunțuri de la cititori..... .....Anunțuri de la cititori..... .....Anunțuri de la cititori.....

Florin - jud. Mureș

*Vând bicicletă medicală ultra performantă, în stare perfectă de funcționare (a fost foarte puțin folosită, este aproape nouă). Bicicleta are următoarele dotări: afișează km parcurși, pulsul, caloriile scăzute, etc. Prețul fix este 250 de ron. Telefon: **0743-470078**.*

Costel

*Bună ziua. Mă numesc Burcea Constantin Costel. Vă rog să mă ajutați și pe mine cu o pereche încălțări de vară ortopedice, cu scurtare la piciorul stâng cu 5 cm. sau să mă sune cineva care știe să facă sau unde se fac asemenea încălțări. Vă mulțumesc mult. **Tel. 0762-275472***

Aurel Stănoiu - Aiud

*Vând cărucior electric pentru persoane cu dizabilități, „Invacare Storm X" cu două baterii, cinci viteze, semnalizări, lumini, avarii. Cei interesați pot suna la tel. **0745-037712** sau **0258-862204**. 2.000 Ron negociabil.*

Anonim

*Anunț. Dacă poate cineva cu suflet să mă ajute pentru căruț electric, cu un cauciuc și o cameră de față (260 x 85 ; 300 - 4 10 x 3 ; C - 179 - 5) și două cauciucuri și camere de spate (260 x 85 ; 300 - 4 10 x 3 ; C - 248 - 5), rog să mă contacteze la nr. de telefon **0763-275103***

Familie

*Familie fără locuință, dorim îngrijire bătrâni sau persoane cu dizabilități, cu rămânere în spațiu. Rugăm seriozitate. Telefon **0721-600393***

Nota redacției: Responsabilitatea corectitudinii informațiilor din anunțuri, aparține în totalitate autorilor!

.....Editorial..... .....Editorial..... .....Editorial..... .....Editorial..... .....Editorial.....

continuare din pag. 2

11. Finanțarea va proveni dintr-o sursa garantată și va fi plătită persoanei oricând alege aceasta să dispună de ea.

12. Finanțarea nu va fi tratată ca un venit impozabil de care persoana se poate lipsi și nu ar trebui ca din cauza ei beneficiarul să devină neeligibil pentru alte beneficii sau servicii prevăzute de lege.

13. Autoritățile finanțatoare ar trebui să se asigure cu privire la faptul că există suficiente fonduri la dispoziția utilizatorului serviciului pentru pregătirea sa și a asistentului dacă utilizatorul consideră necesar acest lucru.

14. Finanțarea trebuie să includă, salarii competitive și beneficii pentru angajat și toate avantajele cerute de lege și sindicate pentru asistenți, iar cheltuielile suplimentare ale utilizatorului pentru conducerea serviciului său de asistență personală trebuie compensate din bani publici.

15. Asistența personală ar trebui să lucreze pentru a da posibilitatea persoanelor cu dizabilități să ducă o viață autodirecționată în comunitate, dându-le posibilitatea să participe mai deplin la toate activitățile umane. Exemplele includ calitatea de părinte, învățământul, încadrarea în muncă, dezvoltarea durabilă, cultură și politică.

16. Serviciile de asistență personală ar trebui să dea posibilitatea utilizatorului să participe la toate aspectele vieții ca de exemplu acasă, la muncă, la școală, în timpul liber, în călătorie și în viața politică.

17. Evaluările trebuie să asigure timp tuturor activităților la care persoana cu dizabilități are nevoie de ajutor .

18. Serviciile de Asistență personală ar trebui să fie disponibile atât pe termen lung, 24 ore pe zi, 7 zile pe săptămână, cât și pe termen scurt sau cu caracter de urgență, dacă acest lucru este necesar.

19. Persoanele cu dizabilități trebuie să poată folosi fondurile pentru asistența personală în modul pe care-l consideră necesar pe tot parcursul unui an bugetar.

20. Serviciile de asistență personală ar trebui asigurate astfel încât să dea posibilitatea utilizatorului să aleagă dintr-o mare diversitate de modele care, combinate, oferă utilizatorului diverse grade de control asupra serviciului.

21. Utilizatorul trebuie să aibă acces liber la o listă de asistenți personali care sunt aleși și pregătiți de către utilizatori și aliații lor în conformitate cu principiile teoretice și practice ale conceptului de Viață Independentă.

22. Utilizatorul trebuie să poată rupe relația contractuală cu asistenții care nu respectă prevederile contractului.

-sfârșit-

Sursa: http://www.onphr.ro/dizabilitatea/informatii-relevante-din-domeniul-dizabilitatii/asistenta-personala-autodirectionata/

(preluat cu permisiunea d-lui Francis Simon - președinte O.N.P.H.R)

....Să ne rugăm pentru.... ....Să ne rugăm pentru.... ....Să ne rugăm pentru....

Încă de la începutul apariției revistei, am primit cu mare bucurie sugestia voastră de a exista o asemenea rubrică în cadrul revistei noastre și cu mare bucurie consemnez alte cereri de a ne ruga împreună pentru ceva sau pentru cineva anume.

Știu că este greu și unora dintre noi chiar poate să li se pară ciudat sau chiar să-i deranjeze o asemenea rubrică (așa aș fi simțit și gândit eu în urmă cu câțiva ani), însă avem un Dumnezeu atât de minunat și de dornic de a ne răspunde la rugăciune (știu din propria-mi experiență), încât ar fi o lipsă de înțelepciune de a nu asculta de îndemnul Său de a ne ruga unii pentru alții.

În plus, aceasta arată nu numai că avem încredere în El, ci și că simțim unul cu celălalt, că ne pasă.

Să ne rugăm pentru sponsorii revistei, pentru Aurel Burcea și familia lui, pentru Anișoara Bologa și pentru toți cei care suferă. Să le dea Dumnezeu multă putere, credință, voință și speranță

Chită Adriana - Bacău

Mă bucur foarte mult că pot fi și eu parte a acestei familii. Mă rog pentru toate persoanele cu probleme, de orice natură ar fi aceasta și-L rog pe DUMNEZEU să ne țină aproape de EL, indiferent prin ce situații și probleme vom trece! EL ne-a promis că nu ne va lăsa singuri!

Monica Buda - Oradea

Să ne rugăm pentru familia lui Aurel Burcea, care îl ajută la revistă, să le dea sănătate și putere de muncă.

Să ne rugăm, mai ales, pentru sponsorii revistei, ca Dumnezeu să le înmulțească veniturile, în așa fel încât să sponsorizeze revista mai departe.

Petrică Lupu - Țigănești (Teleorman)

După cum bine vedeți, revista a apărut iarăși. Mulțumim tuturor sponsorilor, știuți și neștiuți, tuturor acestor oameni minunați care ne-au ajutat dezinteresat în toți acești ani (mulțumim din suflet) și să continuăm să ne rugăm ca Bunul Dumnezeu să continue să lucreze la inima oamenilor, astfel ca revista să apară și în viitor.

Burcea Aurel – Peretu (Teleorman)

Să ne rugăm pentru întâlnirile filialelor asociației „Ridică-te și umblă” din București, Ploiești, Sinaia, Târgoviște, Constanța, Bacău, Galați, Alexandria, Bârlad și Buzău, precum și pentru oamenii de suflet care vor să înființeze filiale și în alte județe. Și nu sunt puține la număr.

Burcea Aurel – Peretu (Teleorman)

Datorită Lui, escarele mi s-au închis. Mulțumesc celor care s-au rugat și m-au sfătuit. Rog să fiu susținut în continuare în rugăciune.

Burcea Aurel – Peretu (Teleorman)

(Oare din 3.000 de primitori ai revistei, doar... atât de puțini conștientizăm importanța și necesitatea rugăciunii? Doar... atât de puțini înțelegem și credem că atunci când mai mulți se roagă, Dumnezeu lucrează? (Mat. 18:19)

....La mulți ani!.... ....La mulți ani!.... ....La mulți ani!.... ....La mulți ani!....

Asociația și Biserica “Ridică-te și umblă”

*Asociația si Biserica “Ridică-te și Umblă” București urează membrilor și voluntarilor care sărbătoresc ziua de naștere în luna august, un sincer și călduros **„La mulți ani!”**, împlinirea tuturor dorințelor și Dumnezeu să îi binecuvânteze din belșug și neîncetat: **Diana Maria Mîrzac, Marian Băcrița, Ioan Teofil Bradatan, Stănuța Chiriac, Georgeta Constantin, Virgil Gradea, Maria Olteanu, Ion Protropopu, Francisca Timeea Sabo, Ionica Felicia Andrei.***

Bologa Anișoara - Greci (Mehedinți)

*Pentru **Dobra Doinița** (4 august), **Cîciu Elena** (11 august), **Fencea Valeria** (13 august), **Solovăstru Sabina** (24 august). Multă sănătate, fericire, bucurii, o vară frumoasă și un sincer și călduros **„La mulți ani!”.***

Ionela Cristea
Poenarii Burchii - Prahova

Să ard de sete tot n-aș bea, din apele stricate, ce le-ntâlnesc în calea mea, prin lumea de păcate, să mor de foame tot n-ating mâncăruri otrăvite spre care neîncetat mă împing păcate și ispite. Să mor de frig nu mă încălzesc la focul vinovate pe unde slugile pândesc iubiri îndurerate. Să mor în drum, tot n-aș intra, în casa blestemată, ce ar zdrobi și-ar ruina iubirea mea curată. Să umblu gol tot n-am să mă îmbrac, ce diavolul întinde, să zac în șanț să mor sărac pe Domnul nu-L voi vinde. Mai bine plâng acum un ceas cu Domnul în părtășie decât fără Hristos rămas, să plâng o veșnicie.

Mincă Elena Gabriela
Alexandria

Am primit un giuvaer de mare preț: iubirea. Întotdeauna când iubim, trebuie să iertăm. Dumnezeu ne arată că, prin iubire, inima vibrează de bucurie și fericire. Doar când iubești sufletul este strălucitor. Iubirea este lumina sufletului. Când iubești pe aproapele, nu o faci pentru câștiguri materiale sau pentru interes. Iubirea este cel mai prețios diamant pe care ni l-a oferit Dumnezeu. Cine iubește, pe Iisus cinstește. Dacă iubim și ajutăm pe aproapele nostru necondiționat și Dumnezeu atunci când avem nevoie de ajutor ne oferă totul. Prin iubire, omul este mai bun, mai înțelegător, mai puternic. Doar prin iubire putem să iertăm pe toți aceia care ne răsplătesc rău pentru bine. Iubirea este aceea care dă sens vieții și inimii. Doar prin iubire sufletul zboară lângă tronul Domnului nostru Iisus Hristos.

Dinescu Emilia
Valea Stânii - Argeș

În clasica comparație a vieții cu o corabie pe mare, s-a trecut cu vederea tocmai partea cea mai subtilă; o corabie învinge mai ușor valurile dacă poartă o greutate, așa și viața: greutățile ce le purtăm ne fac mai sigură lupta împotriva valurilor întâmplării. Dacă te sperii și abandonezi lupta, ești un învins. Dacă perseverezi și nu reușești, cel puțin ai gustat delicioile luptei și te-ai pregătit pentru următoarea bătălie. Dacă ai învins, atunci ai marea satisfacție a strădaniei împlinite pe deplin. În toate, nu uita: dragostea ne determină să facem lucrurile bine, iar noi nu trebuie să uităm că nu suntem singuri.

(...)

Fiecare rază de soare care îți mângâie obrazul, fiecare adiere de vânt, fiecare parfum de floare, fiecare ciripit de pasăre, fiecare cântec de greier, reprezintă șoapta Tatălui ceresc care vrea să îți amintească mereu și mereu: Eu sunt cu tine, nicidecum nu am să te las, cu nici un chip nu te voi părăsi! Tu nu te mai strădui să Îi dai indicații lui Dumnezeu. Așteaptă în rugă să îți spună ție ce trebuie să faci. Doar ți-a dat atâtea dovezi că El e cu tine!

(...)

Nu, nu voi avea niciodată cuvinte să-I mulțumesc pentru ce a făcut pentru mine. Nu voi putea niciodată să înțeleg plenitudinea dragostei Lui pentru mine. Dar, când îmi ridic ochii către muntele solitar și când văd atârnat pe cruce un Dumnezeu al iubirii, inima mea se topește și exclamă: Cum aș putea avea curaj să nu iubesc pe Cineva care mă iubește atât de mult?!

(...)

Oprirea la jumătatea drumului nu duce la nimic. Pe jumătate bun, înseamnă rău. Pe jumătate adevărat, înseamnă neadevărat... Omul trebuie să își facă datoria întreagă. Dacă pentru aceasta e nevoie uneori de curaj, omul trebuie să îl aibă... Ține minte: nu circumstanțele din viața noastră ne determină caracterul, ci relația noastră cu Dumnezeu, indiferent de circumstanțele vieții. Circumstanțele s-ar putea să te impiedice să acumulezi o avere mare, dar în nici un caz nu te vor împiedica să îți formezi un caracter bun. De multe ori, Dumnezeu ne mângâie, nu schimbând circumstanțele vietii noastre, ci schimbând atitudinea noastră față de aceste circumstanțe.

.....Ridică-te și umblă..... .....Ridică-te și umblă..... .....Ridică-te și umblă.....

continuare din pag. 9

Soluția

Nelu, și-a pus întâi mâna dreaptă pe masă ca să fie, după mintea lui, tăiată și dată lui nenea Nelu, cel pe care nu-l putea refuza. Dar băiatul văzu altceva. Omul cel bun și mare luă un cuțit și își puse mâna pe un blat de lemn și simulă o tăietură a mâinii lui. Neluțu strigă: "nu nenea Nelu, eu trebuie să tai mâna, nu tu. Și apoi o iei să fie a ta". Dar omul cel drag celui mic spuse: "eu trebuie s-o tai că nu mă mai ajută, iar mâinile tale mi le dai mie, iar atunci când eu spun ce să facă, ele să mă asculte. Ei bine, eu, cel fără mâini și fără picioare mă voi sluji de mâinile tale și de picioarele tale ca și cum sunt ale mele. Nu mai au voie să facă decât ceea ce spun eu. Te prinzi?"

Mai trebuie comentată parabola? E însăși arta divină: Fiul Omului vrea să lucreze cu mâinile mele ceea ce El crede că este mai bine. Dar în mod absolut. Renunțând să le mai folosesc în scopul dorit de mine. Acesta este viața care merită să fie trăită!

-sfârșit-

Ai avut un accident la muncă? (II)

Află care sunt serviciile medicale și programele profesionale de care poți beneficia gratuit

av. DANA BORDEIANU

4. Indemnizația pentru trecerea temporară în alt loc de muncă și indemnizația pentru reducerea timpului de muncă

Asigurații care, din cauza unei boli profesionale sau unui accident de muncă, nu își mai pot desfășura activitatea la locul de muncă anterior manifestării riscului asigurat pot trece temporar în alt loc de muncă. Mai mult chiar, în cazul în care venitul salarial brut lunar realizat de asigurat la noul loc de muncă este inferior mediei veniturilor sale lunare din ultimele 6 luni, calculate de la momentul depistării afecțiunii, el va avea dreptul la o ***indemnizație pentru trecerea temporară în alt loc de muncă.***

In ceea ce privește ***indemnizația pentru reducerea timpului de lucru cu o pătrime din durata normala****, aceasta se acordă asiguraților care nu mai pot realiza durata normală de muncă din cauza unor afecțiuni cauzate de accidente de muncă sau boli profesionale.*

Potrivit prevederilor legale, ambele tipuri de indemnizații se acordă la propunerea medicului curant, cu avizul medicului specialist CNPP, pentru cel mult 90 de zile într-un an calendaristic, în una sau mai multe etape.

"Cuantumul lunar al indemnizațiilor este egal cu diferența dintre media veniturilor salariale din ultimele 6 luni și venitul salarial brut realizat de asigurat la noul loc de muncă sau prin reducerea timpului normal de muncă, fără a se depăși 25% din baza de calcul", se arată în Legea nr. 346/2002.

5. Compensații pentru atingerea integrității

Reglementările în vigoare prevăd ca asigurații care, în urma accidentelor de muncă sau a bolilor profesionale, rămân cu leziuni permanente care produc deficiențe și reduc capacitatea de muncă între 20-50%, au dreptul la o compensație pentru atingerea integrității. Acest drept se acordă la solicitarea persoanei îndreptățite și doar pe baza deciziei medicului stabilit de CNPP.

Compensația pentru atingerea integrității reprezintă ***o sumă fixă în bani și se acordă integral, o singură dată****, fără a afecta celelalte drepturi sau indemnizații la care este îndreptățit asiguratul, și nu este luată în baza de calcul pentru determinarea acestor drepturi.*

Cuantumul compensației pentru atingerea integrității se stabilește în funcție de gravitatea leziunii, în limita unui plafon maxim de 12 salarii medii brute.

6. Despăgubiri în caz de deces

Asigurarea pentru accidente de munca acoperă și despăgubirile în caz de deces. Astfel, în cazul decesului asiguratului, ca urmare a unui accident de muncă sau a unei boli profesionale, de despăgubire va beneficia o singură persoană, care poate fi: soțul supraviețuitor, copilul, părintele, tutorele, curatorul, moștenitorul, în condițiile dreptului comun, sau, în lipsa acesteia, persoana care dovedește că a suportat cheltuielile ocazionate de deces.

Cererea pentru obținerea despăgubirii în caz de deces se depune la sediul CNPP, însoțită de actele din care rezultă dreptul solicitantului. In cazul deciziei de admitere a cererii, instituția va realiza plata banilor in termen de 15 zile.

Cuantumul despăgubirii în caz de deces este de 4 salarii medii brute.

7. Rambursări de cheltuieli

Dispozițiile stipulează că asiguratorul, adică CNPP, va rambursa cheltuielile ocazionate de transportul de urgență, în cazuri temeinic justificate, atunci când salvarea victimei impune utilizarea altor mijloace decât cele uzuale.

De asemenea, asiguratul își va primi banii înapoi și în cazul aplicării dispozitivelor medicale implantabile prin intervenție chirurgicală în vederea recuperării deficiențelor organice, funcționale sau fizice cauzate de accidente de muncă și boli profesionale.

Totodată, instituția va rambursa și banii cheltuiți pe confecționarea ochelarilor, a aparatelor acustice, a protezelor oculare, dacă acestea au fost deteriorate în urma unui accident de muncă soldat cu vătămări corporale.

Cum se realizează constatarea accidentelor de muncă și a bolilor profesionale?

Potrivit Legii nr. 346/2002, accidentele soldate cu incapacitate de muncă sau cu decesul asiguraților vor fi comunicate către CNPP de angajatori, de îndată ce vor lua la cunoștință despre eveniment. De asemenea, comunicarea poate fi realizată și de asigurat sau de urmașii acestuia, în cazul în care accidentul de muncă s-a soldat cu decesul asiguratului.

Pentru constatarea cazului asigurat și stabilirea drepturilor de asigurare, CNPP are acces și recurge la procesul-verbal de cercetare, întocmit de autoritatea competență care efectuează cercetarea accidentelor soldate cu incapacitate temporară de muncă, invaliditate și deces.

Instituția va verifica modalitatea în care a fost efectuată cercetarea și va decide asupra caracterului de muncă al accidentului urmat de incapacitate temporară de muncă. "In scopul stabilirii caracterului profesional al accidentului urmat de incapacitate temporară de muncă, asigurătorul (CNPP, n.red.) poate coordona direct cercetarea accidentului, poate efectua o ancheta proprie sau poate evalua dosarul de cercetare întocmit de comisia angajatorului, după caz", se menționează în Legea nr. 346/2002.

Drepturile de asigurare se acordă astfel:

- *pentru accidente de muncă, în baza procesului-verbal de cercetare a accidentului de muncă*
- *pentru boli profesionale, în baza formularului de declarare finală a bolii profesionale.*

Până la stabilirea caracterului de muncă al accidentului sau caracterului profesional al bolii, contravaloarea serviciilor medicale acordate va fi suportată, conform prevederilor legale, din bugetul Fondului național unic de asigurări sociale de sănătate, urmând ca decontarea să se realizeze ulterior din contribuțiile de asigurare pentru accidente de muncă și boli profesionale.

-sfârșit-

Cazuta din cer!

de Juliane Koepcke

Un fulger a lovit avionul la 3.000 metri altitudine. O adolescentă cade în cădere liberă în pădurea amazoniană și supraviețuiește.

Încă din copilărie, în oraș ca și în junglă, viața nu avea secrete pentru Juliane Koepcke. Pe când avea 14 ani, părinții săi, ambii zoologi, au fondat Centrul de cercetări ecologice din Panguana, în plină pădure tropicală și umedă din Peru. După ce l-a văzut funcționând pentru doi ani, timp în care fata și-a însoțit părinții în excursiile lor științifice în inima pădurii, Juliane a revenit la Lima pentru a-și termina studiile secundare. Pe data de 24 decembrie 1971, pe când avea 17 ani, s-a urcat la bordul unui avion împreună cu mama sa pentru a merge să sărbătorească Crăciunul la Panguana cu tatăl ei.

Anii mei petrecuți la Lima au fost minunați. Cunoșteam foarte bine jungla, deoarece îmi petreceam vacanțele la Panguana, dar în timpul anului școlar, urmam cursurile în oraș, împreună cu camarazii de clasă.

Pentru primele mele vacanțe de Crăciun, după stabilirea în capitală, luam singură avionul cu destinația Pucallpa. Trebuia să fie la fel și pentru acel Crăciun din 1971. Dar mama mea se găsea în acea perioadă la Lima încă din luna noiembrie. Ea a fost cea care a dorit să mergem împreună la Pucallpa pe 23 decembrie, pentru a ne întâlni cu tata, dar în acea zi s-a întâmplat că trebuia să mi se decerneze o diplomă la școală și un bal era organizat după aceea, așa că am rugat-o pe mama să mă lase să asist. "Foarte bine mi-a răspuns ea. O să luăm avionul pe 24."

Mama a vrut să rezerve locuri la un zbor al companiei Faucett, fiabilă și cu bună reputație, dar nu a mai găsit. Singura companie care putea să ne ducă la Pucallpa în data de 24 era LANSA, Liniile Aeriene Naționale SA. Mulți oameni râdeau de avioanele de la LANSA sub pretextul, spuneau ei că sunt lansa de panza "cum că ele aterizau pe burtă". De altfel tatăl meu a sfătuit-o pe mama să nu călătorească cu această companie. Trebuia să așteptăm una sau două zile în plus, iar mama mea era foarte nerăbdătoare să plece.

"Să mergem, spuse ea, doar nu toate avioanele companiei acesteia or să se prăbușească." Mama a rezervat astfel două locuri. În acea zi noi am ignorat faptul că era singurul avion al companiei, care era încă în serviciu. Toate celelalte se prăbușiseră.

Părinții Julianei
(Maria și Hans-Wilhelm Koepcke)

Când am sosit la aeroport, în dimineața zilei de 24 decembrie, erau o mulțime de oameni acolo. Mai multe zboruri fuseseră anulate în ultimul moment, sute de persoane se îmbulzeau la ghișee, nervoși de a se reîntoarce la casele lor de revelion. Prin mulțime, cineastul Werner Herzog dădea din coate pentru a reuși să obțină un bilet de îmbarcare. Furios, el aștepta de 24 de ore cu o vie nerăbdare pentru a i se da mai repede locurile pentru el și echipa sa de tehnicieni.

Puțin după ora 11, zborul nostru a fost în sfârșit anunțat. Văzând aparatul l-am găsit magnific. În ochii mei, avea aerul de a fi nou nouț, ceea ce era departe de a fi adevărat, precum am putut să ne dăm seama.

În cabină totul părea perfect normal. Mama s-a așezat lângă mine, pe penultimul rând, la numărul 19, și ca de obicei eu m-am așezat la geam, pe scaunul F.

Mama, de specialitate ornitolog, nu-i plăcea de loc să zboare cu avionul. După părerea ei, era anormal și contra naturii, ca o asemenea mare pasăre de metal să poată zbura.

Între Lima și Pucallpa, zborul dura în jur de două ore. Primele 30 de minute s-au derulat normal. Toată lumea se gândea la Crăciun și începeau deja să se bucure. Ne-au servit un mic dejun și 10 minute mai târziu stuardesele începeau să strângă resturile. Dintr-o dată avionul a pătruns într-o zonă cu furtună.

Totul s-a întunecat și fulgere au început să apară de peste tot. O forță invizibilă a scuturat avionul, de parcă ar fi fost o jucărie. Obiecte plasate în spațiul pentru bagaje de deasupra scaunelor au căzut peste capetele pasagerilor care au început să țipe. O ploaie de genți, jucării, haine și pachete pline cu cadouri s-au abătut

continuare în pag. 17

continuare din pag. 16

violent peste noi. Platouri pentru sandvișuri zburau prin aer printre noi, pahare pe jumătate pline s-au răsturnat peste capetele și umerii noștri. Pasagerii țipau și plângeau. "Sperăm că aceasta se va liniști", spuse mama mea. Dar eu o simțeam foarte nervoasă.

Deodată, am văzut o lumină albă, orbitoare, lovind aripa dreaptă a avionului. Nu aș putea spune dacă era vorba despre un alt fulger, sau de o explozie. Am pierdut noțiunea timpului, Nu-mi pot da seama dacă acest episod a durat câteva minute, sau o fracțiune de secundă. Încă orbită, am auzit-o pe mama spunând calm: "De data asta, s-a terminat."

Urechile mele, capul și parcă întregul meu corp au fost pătrunse de huruitul surd a-l avionului, care cădea cu botul în jos aproape vertical. Am început să ne prăbușim cu o mare viteză și oamenii au încetat să nu mai țipe. Liniște. Nu mai auzeam nici măcar zgomotul motoarelor. Dintr-o dată, mama mea nu mai era alături de mine. Eu însumi nu mai eram în avion. Eram atașată în scaunul meu, dar singură.

La 3.000 metri altitudine, sunt singură. Și cad. Cădera mea liberă era silențioasă. Eram suspendată, legată de scaunul meu și nimic în jur.

Am căzut și centura îmi strângea așa de tare stomacul, că nu puteam respira. Urletul vântului îmi presa puternic în timpanele urechilor. Și înainte de a mă îngrozi de teamă, mi-am pierdut cunoștința. Primul lucru de care îmi aduc aminte după aceea, a fost că eram cu capul în jos și că jungla parcă venea încet spre mine rotindu-se. Nu, ea nu venea spre mine - eu eram cea care mă îndreptam spre ea. Coroanele copacilor foarte denși, m-au făcut să mă gândesc la brocoli. Imaginile erau neclare, vedeam totul ca în ceață. Apoi o noapte neagră, m-a învăluit din nou.

Recăpătându-mi din nou

continuare în pag. 19

....Izvorul nesecat.... ....Izvorul nesecat.... ....Izvorul nesecat.... ....Izvorul nesecat....

Rugăciunea - respirația sufletului (I)

„Vă îndemn dar inainte de toate să faceți rugăciuni, cereri, mijlociri, mulțumiri pentru toți oamenii."
1 Timotei 2:1

Totuși meditația și rugăciunea nu pot să ia locul unei folosiri conștiincioase și serioase a timpului. În lucrarea pentru desăvârșirea caracterului creștin este nevoie atât de lucrare, cât și de rugăciune. Viața noastră trebuie să cuprindă două aspecte – o viață de cugetare, de rugăciune tăcută și o viață de acțiune, de muncă serioasă… Dumnezeu ne cere să fim niște epistole vii, cunoscute și citite de toți oamenii. Sufletul care se îndreaptă spre Dumnezeu prin rugăciune zilnică și stăruitoare spre a primi putere și susținere va avea aspirații nobile, o înțelegere clară a adevărului și a datoriei, scopuri înalte în activitate și o foame și sete continuă după neprihănire.

1 Ioan 5:14-15 „Îndrăzneala, pe care o avem la El, este că, dacă cerem ceva după voia Lui, ne ascultă. Și dacă știm că ne ascultă, orice i-am cere, știm că suntem stăpâni pe lucrurile pe care l le-am cerut"

Să îngăduim ca inima noastră să fie atrasă și înălțată spre Dumnezeu, pentru ca El să ne poată împărtăși atmosfera cerească. Noi putem menține o legătură atât de apropiată cu Dumnezeu, încât, în fiecare încercare neașteptată, gândul nostru să se întoarcă spre El tot atât de natural cum se întorc florile spre soare.

Adu-ți înaintea lui Dumnezeu nevoile, bucuriile, necazurile, grijileși temerile tale. Tu nu Îl vei putea face să Se simtă împovărat; nici nu Îl vei face să Se simtă obosit. Dacă El ține socoteală până și de perii capului tău, atunci nu va rămâne indiferent față de nevoile copiilor Săi. Inima Sa iubitoare este mișcată de necazurile noastre și ne ascultă când Îi vorbim despre ele. Să aducem la El orice dificultate cu care ne confruntăm. Nimic nu este prea greu pentru El, deoarece El ține lumile și guvernează toate lucrările universului. Nimic din ce are legătură, într-un fel oarecare, cu pacea noastră nu este atât de neînsemnat, încât să nu fie luat în considerare de El. În experiența noastră, nu există niciun capitol atât de întunecat, încât El să nu-L poată citi și nici încurcături așa de mari, încât El să nu le poată rezolva…

Legăturile dintre Dumnezeu și fiecare suflet sunt așa de intime și profunde, ca și când n-ar mai fi pe pământ nici un alt om de care să Se îngrijească și pentru care să-L fi dat pe Fiul Său mult iubit. Încredințează-te cu deplină liniște în mâinile Domnului Isus. Contemplă dragostea Sa cea mare și, în timp ce meditezi la renunțarea Sa de Sine, la jertfa Sa nemărginită adusă pentru noi, ca să credem în El, inima ta va fi umplută de o bucurie sfântă, de o pace și de o dragoste de nedescris.

Când vorbim despreDomnul Isus, când Îl chemăm în rugăciune, încrederea că El este Mântuitorul nostru personal și iubitor se va întări, iar caracterul Său ni se va părea din ce în ce mai plăcut… Noi putem să ne bucurăm de dovezile îmbelșugate ale dragostei, iar când credem pe deplin că suntem copiii Săi prin adopție, putem să avem o pregustare a cerului. Domnul atrage sufletul nostru în rugăciune și ne face să simțim dragostea Sa prețioasă. Așteptați intervenția Domnului cu credință.

-sfârșit-

Mircea Costel Bratosin – Redactor Revista Împreună /
Director Relații Publice / P.R. Manager Asociația "Ridică-te și umblă" România

Dat fiind termenul de trimitere a revistei la tipografie, scrisorile, sms-urile, e-mail-urile,... voastre trebuie să ajungă la mine până pe data de 1 a lunii de apariție a revistei.

Vă rog mult, pe toți cei care scrieți, puneți-vă numele complet și adresa!

Mulțumesc mult pentru înțelegere!

Popescu Nicoleta - Bughea de Jos (Argeș)

Întotdeauna în scrisorile tale găsesc mult bun simț și echilibru. Ceea ce te întristează pe tine (atitudinea nerecunoscătoare a unor copii față de părinți, atitudinea unor slujitori ai altarului, etc.) mă întristează și mă doare și pe mine și presupun că pe orice om care mai are o fărâmă de bun simț și omenie în inima lui.

Îți mulțumesc Nicoleta și mă bucur că revista înseamnă atât de mult pentru tine, primirea ei aducându-ți atâta bucurie de fiecare dată.

Rachin Florina

Mă bucură tare mult dorința dvs. de a primi și un studiu biblic. După cum probabil știți, omenește vorbind, eu mă ocup singur de apariția acestei reviste, așa că mi-ar fi imposibil să pregătesc și să trimit și un studiu biblic, însă vă pot da o adresă și un nr. de telefon al unui Institut de studii biblice prin corespondență: Sola Scriptura Str. Erou Iancu Nicolae, nr. 38-38 A, loc. Voluntari, jud. Ilfov, tel. 0747BIBLIA (0747-242542).

Au studii pe diverse teme, în centrul tuturor aflându-se cunoașterea Lui și a Cuvântului Său.

Teodorescu Indonezia - Lungești (Vâlcea)

Nu prea am înțeles ce este cu pensia europeană de invaliditate! Despre pensia de invaliditate din România, am scris pe larg în revista 122-123 (aprilie - mai 2013) - vedeți rubricile „Litere de lege” și „Anunțurile redacției”. D-voastră fiind însă la un cămin, lucrurile se complică, așa că sunați la Casa de pensii - 0250-732450 și la Direcția Generală de Asistență Socială - 0250-734270; 0350-401729; 0350-401730 pentru a primi informațiile necesare.

Bologa Anișoara - Greci (Mehedinți)

M-a întristat mult faptul că, în ciuda faptului că vara aproape a trecut, nu ai reușit să ieși din casă, însă faptul că mama ta este acum bine și că escarele s-au vindecat, mi-a umplut inima de bucurie.

Stanciu Costel - Buzău

M-a întristat tare scurtul dvs mesaj. Nu am știut că vă simțiți așa de singur. De ce nu încercați un anunț pentru a vă face prieteni? Și nu uitați de bunul Dumnezeu. făgăduința Lui e clară: El este întotdeauna cu noi, așa că nu suntem niciodată singuri!

Sorin Barbu; Pontoș Eva; Camelia Ivaz;

Mulțumesc pentru scurtele, dar caldele mesaje. Mi-au făcut foarte bine sufletește.

Doresc să corespondeze:

Joițoiu Marian – Plosca (Teleorman)

*Mă numesc Joițoiu Marian, am 26 de ani, am probleme de vedere și doresc să comunic cu fete și băieți de vârstă apropiată, din întreaga țară. Pot fi contactat la **0785-710466***

Măciucă Viorel

*Mă numesc Măciucă Viorel, am 45 de ani, caut o tânără de vârstă apropiată pentru prietenie / căsătorie cu persoană azs. Eu sunt adventist. Mă puteți găsi la numerele de telefon **0733-281908** sau **0760-300459***

Minea Gheorghe - Vernești (Buzău)

*Sunt creștin adventist, 46 ani, 72 kg, 1,80 m, handicap gr. 2, doresc să cunosc o persoană sinceră și serioasă, cu orice fel de handicap. Doresc să locuiesc la ea. **0758-331514** și **0785-560423.***

Alin

*Bună, mă numesc Alin, sunt din com. Ștefan cel Mare, jud. Călărași, am 26 ani, sunt brunet, păr șaten, ochii căprui, 1,65 m, 70 kg, am un handicap gradul 2 și doresc să cunosc o fată tot cu handicap gradul 2 sau 3 pentru o relație de prietenie, eventual căsătorie. Posed locuință la țară. Pup dulce. Pot fi contactat la nr. de tel. **0727-033234.** Nu răspund la nr. private.*

Toma Constantin

*Mă numesc Toma Constantin, am 39 ani, am distrofie de centură și doresc să cunosc o fată în vederea căsătoriei. **0747-425712, 0768-878352** și **0267-355558***

Gabriel

*Mă numesc Gabriel, am 35 de ani, 1,65 m, 73 kg, nevăzător gr. 1, sunt creștin adventist, doresc să cunosc o fată serioasă, realistă, credincioasă și să mă accepte așa cum sunt. Pentru căsătorie. **0742-919482***

Ionuț

*Mă numesc Ionuț din Dâmbovița, am 25 ani, îmi caut jumătatea, care să dureze veșnic împreună cu Dumnezeu. Pot fi contactat la nr. tf. **0729-254243.***

Liviu

*Salut! Sunt Liviu, am 43 ani, 1.73 m, ochi verzi, am hemipareză stângă, caut o tipă frumoasă, deșteaptă, cu casă, cu un handicap fizic gr. 2, ca și mine, pentru prietenie și căsătorie. Vârsta 40-42 ani!. Din Prahova. Tel. **0731-263328.***

Mihaela

*Bună, mă numesc Mihaela, am 39 de ani, sunt cu dizabilități locomotorii grad 1. Nu am vicii, nu am obligații. Doresc lângă mine un domn în calitate de prieten cât și de însoțitor. Dacă simți că singurătatea te macină, și îți dorești cu adevărat o prietenă și crezi că îți asumi responsabilitatea, contactează-mă la **0767-930968** sau la **0730-281297**. Nu răspund la nr. privat, bip sau sms.*

Alin

*Sunt din Brașov și doresc să cunosc doamne / domnișoare pentru corespondență. **0758-626215.***

Daniel

*Domn, 48 ani, cu deficiențe vizuale, din Bacău, doresc să cunosc o doamnă cu vârsta până în 53 de ani, cu un ușor handicap, pentru căsătorie. **0761-493157; 0753-798395** și **0234-264159** skype **ioan_daniel89***

Manuel

Mă numesc Dogaru Manuel, sunt din Craiova jud. Dolj, am 28 de ani și consider că dragostea nu ține cont de vârstă. Sunt persoană cu dizabilități dar sunt independent, mă descurc singur și doresc să cunosc o fată /

continuare în pag. 19

continuare din pag. 18

o femeie cu sau fără dizabilități (contează mai puțin) dar să fie independentă pentru a ne face viața mai ușoară. Doresc relație stabilă și de lungă durată. Dacă se va ajunge la căsătorie, cu atât mai bine. Pentru mai multe detalii mă gasiți pe messenger. ID: ***manu.manuel86*** *(„Ochii care nu se văd... se țin minte!")*

Florina

Mă numesc Rachin Florina, am 33 de ani, sunt din satchinez și doresc să-mi găsesc jumătatea. Nu răspund la nr private. ***0746-300992***

Costel

Mă numesc Costel, sunt din Călărași, am 38 ani, am gr 2, 1,65 m, șaten, doresc să cunosc o fată pentru prietenie/căsătorie. Tel ***0734-090061.***

Ionuț

Mă numesc Ionuț, am 46 de ani, 1,68 m, 70 kg. Am o ușoară dizabilitate locomotorie care, din fericire, nu-mi pune probleme deosebite. Sunt o persoană sensibilă, tandră și iubitoare. Aș dori să cunosc o doamnă cu vârsta cuprinsă între 40-50 ani, aflată într-o situație fizică rezonabilă, să fie înțelegătoare, sinceră, iubitoare și să dorească la fel de mult ca și mine să-și întemeieze o familie. Pot fi contactat la nr. ***0762-901479.*** *Nu răspund la bip, sms, sau altceva de felul acesta.*

Nota redacției: Responsabilitatea corectitudinii informațiilor din anunțuri, aparține în totalitate autorilor!

.....De pretutindeni..... .....De pretutindeni..... .....De pretutindeni.....

continuare din pag. 17

cunoștința, am constat că încă mă aflu pe scaunul de avion și că centura mea era desfăcută. Fără doar și poate m-am trezit pentru câteva momente. În plus mi-am găsit refugiu pe structura scaunul de trei locuri. Acolo, am rămas întinsă toată ziua și noaptea următoare. Eram murdară, acoperită de noroi.

Nu voi uita niciodată, prima imagine care am văzut, deschizând ochii în ziua următoare. Coroanele arborilor giganți ai pădurii, inundați de o lumină aurie care făcea să strălucească totul în jur. Un sentiment de abandon infinit m-a cuprins.

Am încercat să mă ridic, dar nu am reușit. Totul a devenit negru. Mă simțeam neajutorată și părăsită. Mi-am privit ceasul. El încă funcționa. Ascultam tic-tacul său liniștit dar nu puteam să-l văd. Aveam vederea încețoșată. Puțin timp după, am constat că ochiul meu stâng era așa de umflat că nu puteam să-l deschid. Cu celălalt ochi, distingeam lucrurile ca printr-o fantă îngustă.

Ochelarii mei dispăruseră, dar până la urmă am reușit să văd cât este ora. Era 9 dimineața. Încă amețită, m-am abandonat încă odată sub copacii pădurii amazoniene.

Încă ignoram faptul că cea mai vastă operațiune de căutare din istoria peruană era în curs.

Am reușit să mă ridic în genunchi, dar totul s-a întunecat încă odată. Amețeala mea era așa de puternică, că a trebuit să mă întind înapoi. Am încercat apoi de mai multe ori să mă ridic în genunchi și până la urmă am reușit. Clavicula mea dreaptă mă îngrijora. Am pipăit-o și mi-am dat seama că era ruptă. Apoi am mai văzut o rană la glezna stângă, deschisă, mare de patru centimetri, neregulată, o tăietură așa largă de mi se părea că seamănă cu o cavitate, ca și cum o lamă prost ascuțită mi-a traversat gamba piciorului. Dar curios această rană nu sângera.

Mama nu este cu mine. De ce? Ea era așezată lângă mine pe banchetă. M-am așezat în patru "labe" și am început să o caut în jurul meu. Am strigat-o. Numai zgomotele junglei îmi răspundeau.

Cum am putut eu să supraviețuisc la o asemenea cădere și să nu fiu rănită foarte grav? În realitate eram mai grav rănită decât credeam după ce m-am trezit, dar ținând cont de circumstanțe aceste răni păreau nesemnificative. Cu excepția claviculei nici un os nu mi-a fost rupt. Pentru celelalte răni, puteam să-mi port de grijă. Cum a fost posibil? Este un miracol?

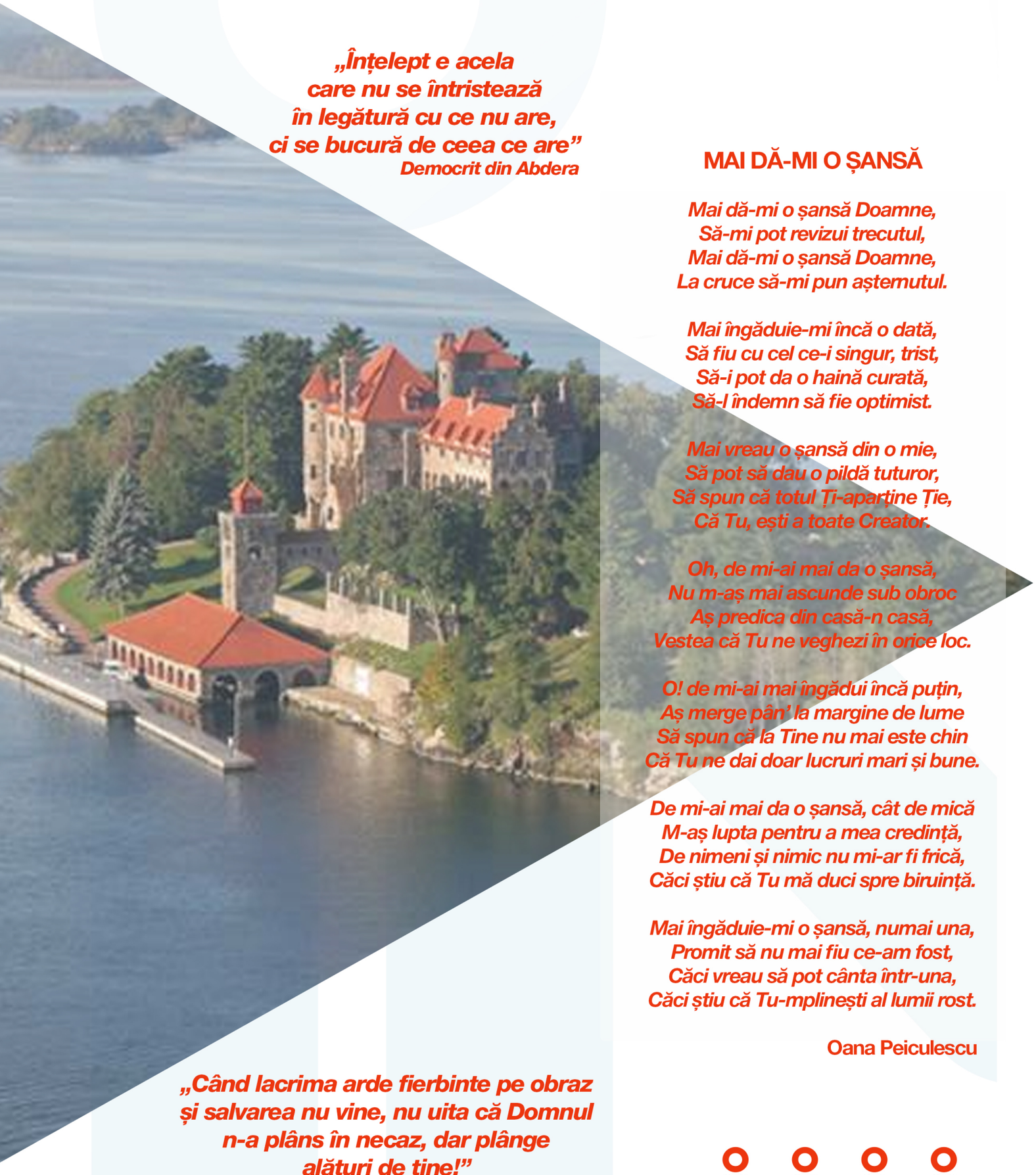
Trei factori corelați între ei pot explica probabil de ce sunt încă în viață.

În timpul unei furtuni violente, curenți puternici de aer ascendent ridică brusc obiectele. Ne putem închipui că poate să oprească o persoană din căderea liberă și să o facă să se rotească. Cred că astfel de curenți de aer mi-au încetinit căderea. Presupun că m-am răsucit că o frunză de arțar detașată dintr-un copac. Eram prinsă cu centura pe al treilea loc de pe banchetă și aceasta a putut să acționeze ca o elice, făcându-mă să mă rotesc și astfel să se încetinească viteza. Unul dintre salvatori mi-a zis că au găsit numai o singură bancheta intactă și aceasta într-un sector al pădurii unde copacii sunt foarte stufoși și sunt multe liane bine strânse. Poate era vorba de zona unde am căzut și eu. În acest caz aceste liane ar fi putut încetini și amortiza căderea mea.

Pe moment nu aveam nici o teamă. Chiar căzând, pe când eram perfect conștientă, vedeam jungla învârtindu-se sub mine, știam ce se întâmplase. Cred că fiecare din noi posedă de resurse interioare care ne ajută să nu innebunim, sau să murim de frică, în situații foarte periculoase. Prinși în spirala unui astfel de eveniment ne abandonăm. Frica vine mai târziu.

-va urma-

Sursa: Selection.ca - februarie 2014
Trimis de TRAIAN FLOREA – Canada



„Înțelept e acela
care nu se întristează
în legătură cu ce nu are,
ci se bucură de ceea ce are”
Democrit din Abdera

MAI DĂ-MI O ȘANSĂ

Mai dă-mi o șansă Doamne,
Să-mi pot revizui trecutul,
Mai dă-mi o șansă Doamne,
La cruce să-mi pun aștemutul.

Mai îngăduie-mi încă o dată,
Să fiu cu cel ce-i singur, trist,
Să-i pot da o haină curată,
Să-l îndemn să fie optimist.

Mai vreau o șansă din o mie,
Să pot să dau o pildă tuturor,
Să spun că totul Ți-aparține Ție,
Că Tu, ești a toate Creator.

Oh, de mi-ai mai da o șansă,
Nu m-aș mai ascunde sub obroc
Aș predica din casă-n casă,
Vestea că Tu ne veghezi în orice loc.

O! de mi-ai mai îngădui încă puțin,
Aș merge pân’ la margine de lume
Să spun că la Tine nu mai este chin
Că Tu ne dai doar lucruri mari și bune.

De mi-ai mai da o șansă, cât de mică
M-aș lupta pentru a mea credință,
De nimeni și nimic nu mi-ar fi frică,
Căci știu că Tu mă duci spre biruință.

Mai îngăduie-mi o șansă, numai una,
Promit să nu mai fiu ce-am fost,
Căci vreau să pot cânta într-una,
Căci știu că Tu-mplinești al lumii rost.

Oana Peiculescu

„Când lacrima arde fierbinte pe obraz
și salvarea nu vine, nu uita că Domnul
n-a plâns în necaz, dar plânge
alături de tine!”

ÎMPREUNĂ